

'T GOOI 

NOVEMBER 2021 WWW.TGOOIBRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST

Alles
even loslaten!

Christanne de Bruijn:
'Jazz, mijn muziekliefde!'



KLINIEK HEIHOF BIEDT NATUURLIJKE SCHOOINHEID

Lachrimpeltjes, kraaienpootjes of een wenkbrauwfrons

Bij het verstrijken van de jaren ontcom je er niet aan. Wie er toch jong en fris uit wil blijven zien, kan voor een goede en betaalbare behandeling terecht bij Kliniek Heihof in Hilversum. Voor je het weet, stap je weer stralend naar buiten. "Wij staan voor natuurlijke schoonheid", benadrukt Wilma Schoutens-Buijsmann.

Breed publiek

Huidspecialist Schoutens-Buijsmann is al zeven jaar eigenaar van de kliniek. Met een klantenkring van ruim 1500 mensen spreekt zij een breed publiek aan. Het klantenbestand bestaat vooral uit dames - maar ook heren - met name in de leeftijd van 35 tot 65 jaar.

Liquid facelift

Een vertrouwd gezicht bij Kliniek Heihof is Veerander Ghotra. De cosmetisch arts werkt van 10.00 - 21.00 uur op maandag, dinsdag en donderdag en heeft veel expertise op het gebied van de liquid facelift. Dit is een betaalbare facelift met fillers die de natuurlijke opbouw van het gezicht herstelt. Wilma: "Als je ouder wordt, worden de weke delen in je gezicht

minder. De structuur slinkt en valt weg. Dokter Ghotra kan dat heel mooi terugbrengen."

Draadliften

Drs. Melissa Gomez heeft net als dr. Veerander een masteropleiding esthetische geneeskunde (ECAM) gevolgd en ook zij is zeer ervaren en bekwaam in het verrichten van cosmetische ingrepen zoals o.a. de behandelingen met botox en fillers. Ook draadliften is één van haar expertises.

Veilige middelen

In de kliniek wordt uitsluitend met veilige middelen gewerkt, legt Wilma uit. "We gebruiken fillers op basis van hyaluronzuur: dat is een lichaamseigen stof. Bij de botoxbehandeling werken we met het gerenommeerde product Dysport Botuline Toxine A. Dat geeft een veilig en mooi resultaat."

Hele week open

Drs. Gomez werkt op woensdag tot 21.00 uur, op vrijdag tot 18.00 uur en een enkele zaterdag. Zo is Kliniek Heihof de hele week open. "Dat is erg fijn", merkt Wilma op. "Mensen kunnen op een dag of avond naar keuze komen."



Drs. Melissa



Dr. Veerander



Wilma

KLINIEK HEIHOF



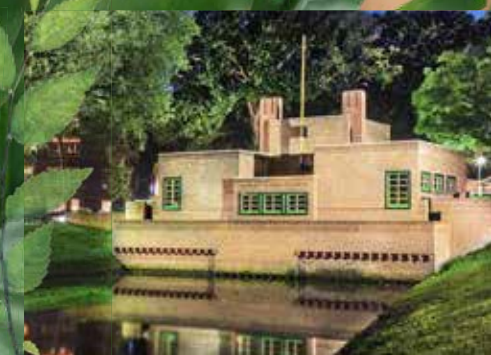
BOTOX € 79,- FILLER € 185,-

GEVESTIGD IN HET
OUDE DUDOK POMPGEMAAL
LAAPERSVELD 1, HILVERSUM
GRATIS PARKEREN
STATION SPORTPARK 1 MIN.

035 - 77 24 8 24

WWW.KLINIEKHEIHOF.NL

INFO@KLINIEKHEIHOF.NL



HET ENNEAGRAM

Het Enneagram helpt je om op een diepere laag bewust te worden van wie je bent, wat je drijfveren zijn en hoe je jezelf gedraagt.
Dit keer behandelen we de drie types die primair voelers zijn.

BEN JIJ EEN HELPER, PRESTEERDER OF CREATIEVELING?

BINNEN HET ENNEAGRAM ZIJN ER DRIE TYPES DIE PRIMAIR GERICHT ZIJN OP GEVOEL.

Type 2 de Attente Helper

Type 2 is de Attente Helper en wordt gemotiveerd doordat ze geapprecieerd wil worden. Tweeën zien de wereld als een plek waar mensen afhankelijk zijn van hen voor hulp. Ze ontlenen hun waarde aan het feit dat mensen hen aardig vinden en nodig hebben. Tweeën vinden dat ze zelf liefdevol zijn en daarom het ook verdienen om geliefd te worden.

Type 3 de Competitieve Presteerder

Type 3 is de Competitieve Presteerder en wordt gemotiveerd doordat ze de beste wil zijn. Drieën zien de wereld als een plek voor winnaars ('survival of the fittest'). Daarom moeten ze te allen tijde ervoor zorgen dat ze niet falen en hun succes kunnen waarborgen. Wanneer je faalt, tel je niet meer mee.

Type 4 de Intense Creatieveling

Type 4 is de Intense Creatieveling en wordt gemotiveerd doordat ze uniek en authentiek wil zijn. Het wereldbeeld van Enneagram type 4 is dat ze iets missen in het leven dat anderen in hun ogen wel hebben. Daardoor zijn ze altijd op zoek naar hun ware identiteit.

Kijk voor de video's van deze en de overige zes types op onze website: www.wenhcoaching.nl



Wijntjes & Van 't Hull Coaching | 06-41189466 (Caroline) / 06-52589192 (Maaike)
info@wenhcoaching.nl | www.wenhcoaching.nl



**GA DE DIEPTE IN
MET HET ENNEAGRAM**





8



12



28

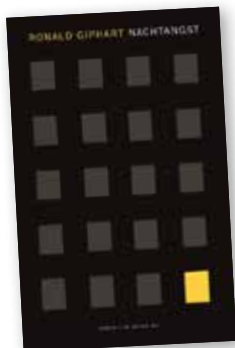
Inhoud



18



46



23

COLOFON

UITGEVER Nederland Bruist B.V.
Beneluxweg 45, 4904 SJ Oosterhout
T 076-7115340 | nl@nederlandbruist.nl
www.nederlandbruist.nl
f nederlandbruist

DIRECTIE Marcel en Lea Bossers
TRAFFIC Nederland Bruist 076-7115340
VORMGEVING Nederland Bruist - Ramon Heeren
THEMATEKSTEN Nederland Bruist
TEKSTEN BZ Astrid Berkhout, Maaïke van Helmond
FOTOGRAFIE BRUISENDE ZAKEN Chantal de Visser
EINDREDACTIE Anouk Jacobs

f Like ons op Facebook.com/tgooiBruist

ADVERTEREN? Mail nl@nederlandbruist.nl
of bel René Moes 06-19629221 | 076-7115340

Copyright Nederland Bruist B.V. ©2021. Het overnemen van artikelen als bedoeld in artikel 15 van de auteursrecht is niet toegestaan. 't Gooi Bruist is een merknaam en eigendom van Nederland Bruist B.V. Deze uitgave is met de grootste zorgvuldigheid samengesteld. Nederland Bruist B.V. is echter niet aansprakelijk voor enige directe of indirecte schade die zou kunnen ontstaan door het gebruik van de hierin aangeboden informatie. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen op geen enkele wijze rechten worden ontleend of aanspraken worden gemaakt. **Nederland Bruist is een uitgeverij van glossy magazines die 38 verschillende edities uitgeeft in Nederland, België en Spanje.**



DEZE WINTER
STARTEN MET
ADVERTEREN,
MÉT SUPERVEEL EXTRA
KORTING? Mail naar
nl@nederlandbruist.nl
of bel
06-19629221

Goed zorgen voor jezelf en op tijd de nodige rust pakken. We kunnen niet vaak genoeg benadrukken hoe belangrijk dit is en je ziet dit onderwerp dan ook elke editie weer in heel wat artikelen voorbijkomen. Tal van ondernemers immers die je hierbij kunnen helpen. Maar ook zelf kun je het nodige doen om even echt tot rust te komen. Hoe je dat doet, lees je verderop in deze nieuwste editie van Bruist.

Bruisende lezer,

Jij hebt zorg nodig, maar dat geldt net zo goed voor alles en iedereen om je heen. Je vrienden, familie, kennissen, burens... Iedereen kan wel wat extra zorg en aandacht gebruiken, helemaal nu we richting de koudste en donkerste maanden van het jaar gaan. Dat vinden onze bruisende ondernemers trouwens ook.

Zij zorgen maar al te graag voor jou als klant, helpen je zorgen voor anderen en delen in hun inspirerende verhalen in deze nieuwste editie van Bruist hoe zij dit zoal doen. Zorg jij als klant dan ook een beetje voor hen? Want samen komen we die koude wintermaanden wel door.

Veel leesplezier,
René Moes

Wist je trouwens dat wij nog meer magazines uitgeven in jouw regio? Zo hebben we ook Almere Bruist en Haarlem Bruist.



LAAT EVEN
ALLES LOS!

Hoe kom je echt tot rust?

Af en toe helemaal tot rust komen is erg belangrijk om de werkweek met genoeg energie door te komen. Maar hoe laat je alles los en heb je echt een momentje voor jezelf, zodat je daarna weer vol energie verder kunt? Tot rust komen is moeilijker dan het lijkt.

Iedereen herkent dit wel: je wilt even helemaal niks doen, maar je telefoon blijft steeds trillen en je gedachten gaan van je belastingaangifte naar de strijk die er nog ligt. Dit zorgt ervoor dat we ons, tijdens een momentje voor onszelf, alsnog onrustig voelen. We krijgen tegenwoordig zo veel stimulatie dat onze hersenen het eigenlijk niet meer gewend zijn om niks te doen. Het is gewoon een soort verslaving. Zodra je je even verveelt, krijg je de neiging om weer een nieuwe dopamineshot - een beloning van gedrag - op te wekken door je e-mail of je Facebook te checken.

Toch is het heel belangrijk om regelmatig echt tot rust te komen. Maar hoe pak je dit nou aan? Er zal vast een mogelijkheid zijn in je dag, misschien in je pauze, om heel even je ogen te sluiten en tijd in stilte door te brengen. Het sluiten van je ogen verbetert de kwaliteit van rust. Probeer het eens uit, het helpt echt. Blijft er tijdens zo'n rustmomentje van alles door je hoofd spoken? Om alle zorgen (tijdelijk) even uit te zetten, kun je drie minuten de tijd nemen om alle

to do's op te schrijven. Door het opschrijven van deze dingen hoeft je hoofd er niet meer mee bezig te zijn, aangezien het allemaal op papier staat. Is één van je zorgen iets wat je niet op korte termijn kunt oplossen? Dan heeft het ook niet erg veel zin om er op dat moment over in te zitten. Klinkt logisch, toch?

Pak jouw moment Weet je hoe vaak je even een momentje voor jezelf zou moeten nemen? Elke dag! Zorg ervoor dat je echt kunt rusten als je daaraan toe bent. Dat betekent telefoon, computer en televisie uit. Niet storen! Het is heel belangrijk dat je geest rust krijgt. Vijf minuten van stilte is effectiever dan dertig minuten voor de televisie zitten of je Facebookpagina checken.

Extra tip Gebruik je telefoon helemaal niet meer in de slaapkamer, zodat je slaapkamer altijd een plek is waar jij tot rust komt. Je telefoon is namelijk een van de hoofdfactoren van dat onrustige gevoel dat jij constant hebt. En ja, dit zal uiteindelijk tot meer energie leiden.
Wie wil dat nou niet?

Ook op zoek naar rust? Op www.nederlandbrui.nl vind je genoeg ondernemers bij jou in de regio die je daarbij kunnen helpen.

Ruim **5.000 m²**
keuze, beleving
en aandacht



Bezoek onze megashowroom
in Utrecht of shop op [maxaro.nl](https://www.maxaro.nl)

Slaag maximaal op www.maxaro.nl óf in één van onze megashowrooms
aan de **Hertogswetering 175 te Utrecht** of aan de **Ettenseweg 74 te Roosendaal**.

Bekijk de actuele openingstijden en
bereikbaarheid op onze website.

HONING VAN GOUD

De bijzondere honing van Manuka New Zealand is een Nieuw-Zeelands wonder. De exclusieve Manuka honing staat bekend om zijn geneeskrachtige en helende eigenschappen. Manuka New Zealand honing is perfect om je gezondheid deze winter een boost te geven. www.manukanewzealand.eu



BRUIST Deals

Ook deze maand hebben we weer enkele Bruist Deals samengesteld voor onze lezers. Neem een kijkje op www.nederlandbruist.nl/lezersacties en profiteer van mooie kortingen bij onze bruisende ondernemers.

12



LEZERSACTIE WIN een foundationspray van That'so

Een foundationspray die je aanbrengt met een make-upkwast. Een echte gamechanger! Het product blendt samen met de huid en creëert een prachtige en egale glowy teint. Het geeft als het ware een filter over het gezicht. Het vermindert de zichtbaarheid van onvolkomenheden en bevordert een heldere en uniforme look. www.thatso.nl TAG #FACE UP



LEZERSACTIE Maak kans op tanning spray van That'so

De vegan tanning spray van That'so is ongeëvenaard goed en geeft direct een prachtige egale bruine kleur die zich 2-3 uur na het aanbrengen door ontwikkelt. Hiermee zie je er sunkissed uit! Geen vlekken, oranje/gele kleur of zwarte puntjes in je poriën. www.thatso.nl TAG #SELFTAN

Doe mee en win

Geniet van November



ETHIOPIAN COFFEE

Een nieuwe variant van de smaakvolle Zuid-Afrikaanse crème likeur, de originele smaak van echt Marula fruit en doordrenkt met tonen van hoog-waardige Ethiopische koffie. Drink hem puur met een blokje ijs, doe een scheutje in een espresso of maak er je desserts mee af. www.amarula.com

www.amarula.com



BEGRIJPT MANNEN

Een droog uitziende huid in de winter? Geen probleem met deze hydraterende gezichtscreme voor mannen van Bulldog skincare. De moisturiser is verrijkt met natuurlijke ingrediënten zoals aloë vera, camelina olie en groene thee én is zacht genoeg om zowel 's ochtends als 's avonds te gebruiken. www.bulldogskincare.com

www.bulldogskincare.com

13

SHOPPING/NEWS

FRIS EN ELEGANT



Ayala Brut Majeur is de belichaming van de frisse en elegante stijl van dit relatief kleine champagnehuis. Langdurige rijping in de kelders en een lage dosage maken deze champagne geschikt voor iedere gelegenheid. Een uitnodigende, expressieve en fruitige drank met een heerlijke lange afdrank. www.champagne-ayala.fr/en



LEZERSACTIE Maak kans op droogshampoo van That'so

Moet je haar gewassen worden, maar ontbreekt het je aan de tijd? De Perfect Hair Dry Shampoo van That'so biedt uitkomst! Deze shampoo reinigt het haar zonder dat er water aan te pas komt. De formule is verrijkt met groene thee, wat het haar verfrist en zuivert. www.thatso.nl TAG #DRYSHAMPOO

www.thatso.nl TAG #DRYSHAMPOO



*LEZERSACTIES

Like de Facebookpagina van Nederland Bruist en van het magazine uit jouw regio. Tag je vrienden in dit bericht, zodat zij ook op de hoogte zijn van deze leuke actie! Of stuur je gegevens o.v.v. de TAG bij de lezersactie naar prijsvraag@nederlandbruist.nl.

Je voeten brengen je overal

Waar breng jij je voeten?

Voeten hebben heel veel te lijden. Des te meer reden ze goed te verzorgen. Zeker ook nu verdienen je voeten meer aandacht. Wil jij volgend jaar zomer mooie gave en verzorgde voeten en nagels dan moet je die in het najaar en de winterperiode kweken. Je voeten zitten weliswaar netjes verstopt in sokken en schoenen doch vragen ook dan juist veel aandacht.

Met een pedicurebehandeling en een goed advies kunnen veel problemen worden voorkomen. Veel voorkomende problemen zijn likdoorns en mycosenagels (kalknagels). Start nu in deze periode met een intensieve behandeling. Zo'n behandeling duurt al gemiddeld een half jaar tot een jaar. Dus wacht niet tot het voorjaar.

En wil je nu al je schimmelnagel uit het zicht, dan is daar een mooie methode voor. Tegenwoordig zijn er voor kalknagels oplossingen die er ook nog fraai uitzien. Zowel voor vrouwen als mannen is het mogelijk een reparatienagel over de aangedane nagel te plaatsen. Dit kan voor vrouwen maar ook zeker voor mannen een prachtige oplossing zijn. De nagel ziet er op die manier weer heel natuurlijk en netjes uit.

DUS BRENG JE VOETEN NAAR MIJN PRAKTIJK. DAN ZORG IK VOOR MOOIE EN GEZONDE VOETEN. MET OF ZONDER EEN LEUKE GELLAK.

Praktijk Lijfitaal, p/a Nail Care Manon, Faas Eliaslaan 30A, Baarn
06-12129710 | info@lijfitaal.nl | www.lijfitaal.nl | www.facebook.com/Lijfitaal

Wil jij ook 'ont'moeten?

Maar hoe?

Afgelopen jaar was best stressvol. Een jaar waarin de gevolgen van COVID-19 nog steeds voelbaar zijn. Je MOET veel. Zeker voor ondernemers was het een stressvol jaar. Maar ook voor de werknemer. Redt mijn bedrijf het? Veel stress en onzekerheid. Dit doet veel met je lichaam en geest. Massage of voetreflex kan een bijdrage leveren om te ontspannen.

VOETREFLEXOLOGIE:

Door middel van een voet- en onderbeenmassage op basis van voetreflexologie komt het lichaam weer meer in balans. Resultaat? Een ontspannen gevoel en meestal een diepere slaap.

MASSAGES:

Natuurlijk is het ook mogelijk om een fijne rug massage te boeken. Heerlijk 30 minuten ontspannen op de massagebank, of een been en rug massage van 50 minuten.

Nek en schouders vast door spanning? Door middel van Cupping is dit los te masseren. Dit gebeurt met siliconen cups. Deze zijn in sterkte te reguleren waardoor men niet blauw van de bank komt. Het is een samenwerking tussen masseur en client. Cupping is een mooie bindweefselmassage waardoor knopen los gemasseerd worden.

DUS KOM 'ONT'MOETEN EN WEES LIEF VOOR JEZELF!

lijfitaal

Pedicure - Voetreflex therapeute - Cupping

Henny van Vessum-Overeem



BOEK ONLINE
OF BEL
06 12129710





Het pakt huidzorgen zoals fijne lijntjes, rimpels, pigmentschade en acne aan. Wat houdt een Pro Power Peel in? In de Pro Power Peel werken we met natuurlijke zuren die de bovenste lagen van de huid verwijderen om zo de celdeling en vernieuwing te stimuleren en verbeteren de textuur en uitstraling van de huid. Nu ook verkrijgbaar in eye peels.

Pro Power Peel

Dit is Dermalogica meest krachtige peeling tot nu toe



Wat is het resultaat? De meeste mensen zullen binnen drie behandelingen zichtbare resultaten ervaren, zoals minder diepe rimpels en fijne lijntjes, minder onzuiverheden en een gladdere huidstructuur. De resultaten zijn mede afhankelijk van de huidconditie en met welke regelmaat je de Pro Power peeling ondergaat. Ook in kuurverband te boeken.



BEN JIJ OOK OP ZOEK NAAR DE JUISTE STAPPEN VOOR DE HUID?

Maak dan een afspraak voor een intake en we maken een stappenplan op maat.

Hoe **positiever en rustiger** je mindset, hoe sneller je **onrust los** kunt laten. Gedachten **op een rijtje** krijgen.

Meditatie is een goed moment om je op jezelf te richten, in stilte.

Breng **structuur** aan voor jezelf.

Bijvoorbeeld een vast **ritme** van de dagelijkse dingen. Jij bent goed zoals je bent! Zet **kleine, concrete** en behapbare **stappen**.

Moeten wordt **willen**.

Geef of vraag **een knuffel**.

Installeer **jouw uitknop**.

Iedereen is op zoek naar geluk. Een zoektocht die niet altijd even gemakkelijk verloopt. Helemaal niet als je de neiging hebt om steeds maar weer terug te vallen in oude patronen. Hierdoor kom je niet vooruit, maar blijf je juist stilstaan. Spiritueel coach Geraldine Pontenagel, eigenaresse van De OOpening Tot, kan je helpen die patronen te doorbreken en zo jouw geluk te vinden.

“Dat blijven hangen in oude patronen doet vrijwel iedereen”, begint Geraldine haar inspirerende verhaal. “Op zich niet zo vreemd, want oud maakt vertrouwd en dus veilig en het kan doodeng zijn om iets nieuws te ondernemen. Terwijl dit toch vaak de enige manier is om echt stappen te kunnen zetten in jouw leven. Waar jij ook naar op zoek bent: geluk, gezondheid, liefde, zingeving of iets anders.” ►

“Waar jij ook naar op zoek bent: geluk, gezondheid, liefde, zingeving of iets anders”

De weg naar **JOUW GELUK**



Evolutionaire astrologie

Ook Geraldine zelf heeft ervaren hoe het is om de weg kwijt te raken in het leven. “Dat gebeurde rond mijn veertigste. Na een lange zoektocht kwam ik in aanraking met astrologie, wat mij weer op de juiste weg hielp door mij mijn routekaart aan te reiken.” Geraldine omschrijft astrologie – en dan in haar geval specifiek de evolutionaire astrologie – als een zeer krachtige tool, maar wel één waarmee nog lang niet iedereen bekend is. “Gelukkig leven we momenteel in een periode waarin de mensheid steeds bewuster wordt. Dit maakt dat steeds meer mensen in hun zoektocht naar zingeving ook verder durven kijken dan hetgeen ze gewend zijn.” Een mooie ontwikkeling, aldus Geraldine, die dit ook persoonlijk ervaart in haar werk. “Het aantal mensen dat openstaat voor astrologie wordt steeds groter, wat ik natuurlijk van harte toejuich.”

de opening tot

Geboortehoroscoop

Geraldine benadrukt dat zij niet zozeer werkt als astroloog, maar dat ze in haar werk astrologie gebruikt als instrument. “Door het analyseren van jouw persoonlijke geboortehoroscoop kan ik duizenden jaren terugkijken en krijg ik inzicht in jouw ontwikkeling door vorige levens heen en het unieke evolutieproces van jouw ziel. Ik omschrijf dit ook wel als de route-beschrijving van jouw leven. Hierdoor kan ik ook zien waar, wanneer en hoe jij van jouw route bent afgeweken en samen met jou werken aan het bewandelen van jouw eigen, unieke pad. Hierbij is het maken van een vrije keuze van groot belang. Je hoeft niet altijd terug te vallen op het vertrouwde en zogenaamde ‘Pavlovkeuzes’ te maken. Dat is immers het mooie van mens zijn, wij hebben de mogelijkheid om onze eigen keuzes te maken, vanuit onze eigen verantwoordelijkheid, en zo ons eigen leven vorm te geven. Iets wat in de huidige tijd ontzettend belangrijk is. Overigens helpt het leven zelf je daarbij ook zo nu en dan een handje door je op gezette tijden bijsturingen aan te reiken die samenhangen met de energieën

van de planeten die op dat moment boven ons hangen en die onze persoonlijke navigatie actueel houden.”

Bestemming bereikt!

Het mag duidelijk zijn: Geraldine zelf heeft haar ‘bestemming’ bereikt. “Mijn ‘werk’ zal ik persoonlijk dan ook nooit omschrijven als werk. Want dit is mijn missie: mensen begeleiden in hun zoektocht naar geluk en zingeving. Ik maak de mensen die bij mij aankloppen voor hulp ‘wakker’ en laat ze zien wie ze nu echt zijn en wat ze nu echt willen. Ik help ze met het vinden van de antwoorden op de waaromvragen in hun leven om uiteindelijk dichterbij zichzelf te komen en net als ik te kunnen zeggen: bestemming bereikt! Een proces dat je letterlijk voelt gebeuren. En dat kan sneller gaan dan je in eerste instantie misschien denkt...”

Benieuwd of ik ook iets voor jou kan betekenen? Neem dan zeker eens een kijkje op www.deopeningtot.nl of informeer meteen naar de mogelijkheden.

“Ik maak de mensen die bij mij aankloppen voor hulp ‘wakker’”

Voor dames, heren en kids

We zijn geknipt voor jou!

Knippen Wassen Drogen Föhnen Kleurspoeling
Watergolf Highlights Permanent

Iedere
woensdag en
vrijdagmiddag
kinderkorting

Mag ik jullie even voorstellen:
Laura is ons team komen versterken!



Snelle Jack!

Op zoek naar een snelle en goedkope herenkapper in Laren in het Gooi? Zoek niet verder en stap binnen bij Snelle Jack!



Sander

Google
review score
4,8!



KAPSALON



Bel ons voor een afspraak 035 5312500
of boek ons via www.lepapillon.nl
Reserveren voor Snelle Jack kan via 06-23670842

Kapsalon Le Papillon

Schapendrift 6, Laren (NH) | 035 5312500
info@lepapillon.nl | www.lepapillon.nl

DAGJE UIT KUNSTMAAND AMELAND



Wie denkt dat er in de herfst niks te beleven is op Ameland, heeft het mis! Ameland staat namelijk de hele maand november in het teken van de kunst. En kunst is er in vele vormen! De Kunstmaand op Ameland biedt de kans om te genieten van inspirerende kunst, muziek, rondleidingen, films, workshops en lezingen. Net even anders kunst kijken, beleven en ervaren? Dit is Kunstmaand Ameland. Omdat het dit jaar de 25e editie is – oftewel een zilveren jubileum – heeft de organisatie gekozen voor een toepasselijk thema: Zilver. Zilver glanst en sprankelt, maar kan evengoed bescheiden zijn. Want 'every cloud has a silver lining'.

Meer info op
www.kunstmaandameland.com.



FILMPJE KIJKEN SPENCER

BINNEN/BUITEN

Het huwelijk van Prinses Diana en Prins Charles is al lang bekoeld. Ondanks geruchten over affaires en een echtscheiding gaan de kerstfestiviteiten door op het landgoed van de koningin in Sandringham. Spencer speelt zich af tijdens deze cruciale kerstdagen in de vroege jaren negentig waarin prinses Diana besluit dat haar liefdeloze huwelijk met prins Charles niet werkt. Ze zal moeten afwijken van het pad dat voor haar was uitgestippeld als toekomstige koningin. Spencer is een verbeelding van wat er gebeurd zou kunnen zijn. **SPENCER is vanaf 11 november te zien in de bioscoop.**



BOEKJE LEZEN NACHTANGST



De van oorsprong Nederlandse schrijver P.J. Weber kan in New York niet van zijn pen alleen leven. Om in zijn levensonderhoud te voorzien, doet hij administratieve klussen. In de nachtelijke uren stuurt hij vanuit het kantoor lange e-mails aan zijn Amerikaanse agente. Op een avond wordt er ingebroken in het afgelegen pand. Terwijl de angst te worden ontdekt hem in een wurggreep houdt en de inbrekers steeds dichterbij komen, begint Weber aan een testament, een bekentenis wellicht. Hij vertelt over het huwelijk en de dood van zijn ouders, het schrijverschap, zijn zoon in Nederland, seksueel misbruik en de beschutting van taal. **NACHTANGST van Ronald Giphart is vanaf 4 november verkrijgbaar.**



**Wil jij kans maken
op mooie prijzen?**

Registreer je dan via
theater.nl/bruist en
wie weet ben jij één
van de gelukkigen!

Ben jij een theaterliefhebber?

Dan ben je bij Theater.nl aan het juiste adres! Of je nou gek bent op musicals, houdt van cabaret of wegdroomt bij een toneelstuk: je vindt jouw favoriete voorstelling in onze uitgebreide theateragenda. Je koopt gemakkelijk je kaartje en maakt je dagje uit compleet met een diner en/of overnachting bij een van onze partners. Dan zit die pluchen theaterstoel straks nog net even wat lekkerder.

Maar Theater.nl biedt meer. Lees alles over jouw favoriete artiesten en gezelschappen, duik in een van de vele biografieën, bekijk de mooiste beelden of geniet van interviews met onder meer Karin Bloemen, André van Duin en Stef Bos.

Altijd op de hoogte

Natuurlijk houden we je ook op de hoogte van het laatste theaternieuws en geven we wekelijks de leukste theatertips voor

de nodige ontspanning. Bovendien maak je als bezoeker regelmatig kans op mooie prijzen!

Volg ons op social media

Wil je echt niets missen? Volg ons dan op social media. Je vindt hier niet alleen het belangrijkste nieuws, maar ook bijzondere foto's, video's en weetjes. Daarnaast zetten we elke week een bijzondere artiest in het zonnetje. Thumbs up!



Theater.nl is hét platform voor theaterliefhebbers. Wij brengen het theatergevoel rechtstreeks bij jou thuis.

Voor wie ontsteek jij een lichtje

De maand november staat altijd in het teken van herdenken en stilstaan bij de mensen die ons overleden zijn. Van oudsher kennen we Allerzielen op 2 november. De dag waarop overledenen herdacht worden vanuit de rooms-katholieke traditie.

Tegenwoordig zijn er veel begraafplaatsen en crematoria die begin november gedenkavonden organiseren. Als een ritueel van deze tijd, daar waar Allerzielen een van oudsher religieus ritueel is. We komen bij elkaar, zetten een lichtje bij het graf of de urnennis en staan stil bij hen die wij moeten missen.

Je haalt herinneringen op en denkt terug aan wat je samen deed en beleefde. Op andere dagen in het jaar doe je dit vast ook. Echter, door bewust met elkaar op deze dag stil te staan bij rouw en verlies, geeft het intermenselijke erkenning. Het maakt dat de mensen om je heen zich ook weer even bewust zijn van het verlies. Daar waar je soms het gevoel hebt dat de wereld voor iedereen gewoon door draait, terwijl die wereld voor jou stilstaat door het verlies en verdriet van jouw dierbare. Je vindt steun en troost

bij elkaar door dit samen te ervaren of aanwezig te zijn bij een gedenkavond. En de lichtjes geven een klein lichtpuntje in deze donkere dagen. Je hoeft niet veel te zeggen, enkel het hardop noemen van de naam van jouw dierbare kan al genoeg zijn. Voor mij is 2 november een dag om stil te staan bij de mensen voor wie ik het afscheid heb mogen verzorgen. Om stil te staan bij de nabestaanden en hun verlies, een moment van reflectie en terugkijken op de warme afscheidsceremonies en bijeenkomsten waar ik aan heb mogen bijdragen.

De handeling van het ontsteken van een lichtje en stilstaan bij de dierbaren die mij persoonlijk overleden zijn is voor mij zelf ook een troostend ritueel en maakt mij bewust van de mooie herinneringen die ik heb. Voor wie brand jij een lichtje deze maand?

Valance Vos

Valance Vos | 06-39550463 | vvos@vosuitvaart.nl | www.vosuitvaart.nl



Meer energie

Als je je oordeel geeft, scherm je jezelf af. Als je je gevoel beschrijft, stel je je kwetsbaar op. Dat is misschien eng, omdat je geconditioneerd bent geraakt om jezelf te beschermen tegen pijnlijke gevoelens. Maar daarmee gaat ook kwetsbare energie verloren waar je blij van wordt

Door meer waar te nemen in plaats van te oordelen, boek je dubbele energiewinst: de energie die eerst onderdrukt werd, komt nu vrij en je verliest geen energie meer aan het oordelen waarmee je kwetsbaarheid eronder hield. Het proberen waard!

Het is fijn als iemand je bij dit bewustwordingsproces kan begeleiden.

Ben je benieuwd of ik iets voor jou kan betekenen? Neem dan een kijkje op www.begeleiding.nu of maak een afspraak voor een kennismakinggesprek.



Praktijk voor Psychosociale Therapie Florien Linck
Lindelaan 59, Bussum | 06-33241168 | www.begeleiding.nu

Rol Amélie is Christanne de Bruijn op het lijf geschreven:

“Muziek is het belangrijkste in mijn leven”

Door een uitstapje naar de filmwereld (De Dirigent) en een lockdown is het al een tijdje geleden dat we Christanne de Bruijn in het theater zagen. Maar gelukkig is het wachten voorbij. De actrice speelt namelijk sinds oktober de hoofdrol in Amélie de Musical. “Wij vertellen het verhaal van hoe Amélie zich ontwikkelt tot de eigennijve vrouw die iedereen kent uit de film.”

Als kind was Christanne al weg van de fantasievolle film over de dromerige Amélie, in wie zij zich zeker herkent. “Zij is bijna een toeschouwer in het leven. Dan zit je naar iedereen om je heen te kijken en dan voelt het alsof je er zelf altijd nét buiten staat. Dat je zo in je eigen wereld zit en je je eigen fantasie en dromen creëert, dat had ik als kind echt gigantisch.”

'Jazz is mijn muziekliefde'

Naast acteren en zingen speelt Christanne ook cello in de musical. “Het is heel spannend, maar ook heel tof!” In de musical speelt muziek een hoofdrol, net als in Christannes eigen leven. “Muziek is wel echt het allerbelangrijkste in mijn

leven. Jazz is mijn grootste muziekliefde”, lacht ze. “Ik houd erg van het onvoorspelbare in muziek, maar ik luister ook heel graag naar Janice Joplin, Fleetwood Mac, Prince en dat soort artiesten.”

Iedereen mag er zijn

Amélie brengt een boodschap van tolerantie over die goed aansluit bij de huidige tijdsgeest. “We leren echt naar de ander te kijken. Ik kijk de hele eerste akte als toeschouwer naar alle personages om me heen, daar word je zo empathisch van”, aldus Christanne. “Iedereen komt ergens vandaan en heeft een verleden en bepaalde gedragingen. En dat is oké!”

Theaternl
DE WERELD VAN THEATER

Maak kans op voorstellingstickets en twee weken gratis streaming. [Ga naar theater.nl/bruist](https://theater.nl/bruist)

Als u op zoek bent naar een uitgebreid assortiment visspecialiteiten, dan bent u bij ons aan het goede adres.

VISSPECIAALZAAK DE RODE MUL

Het is belangrijk om gezond te eten. Vis is niet meer weg te denken in een gezonde levensstijl. Heeft u weinig tijd? Wij maken hele mooie kant en klaar maaltijden voor in de oven, wok of pan.

Wij staan voor superkwaliteit van alle soorten vis, of het nu buitenlandse vis of Noordzee gevangen vis, gebakken vis of onze gerookte vis is.

Wist u dat veel vis die wij verkopen het MSC of ASC keurmerk hebben?

**VIS BESTELLEN?
DAT GAAT MAKKELIJK
ONLINE SCAN DE CODE.**



Heerlijk genieten MET EEN FEESTJE!

Denk dan eens aan onze prachtige gourmet of visschotels.

FEESTELIJKE
VISSCHOTEL
VANAF
€ 29,⁹⁵
2 pers.



LUXE GOURMET
VANAF
€ 14,⁹⁵
p.p.

  [VISHANDELDERODEMUL.NL](https://www.vishandelderodemul.nl) | [INFO@VISHANDELDERODEMUL.NL](mailto:info@vishandelderodemul.nl) | [WWW.VISHANDELDERODEMUL.NL](https://www.vishandelderodemul.nl)

ELKE WEEK OP DE MARKT **ALMERE POORT** | **Homerus** Woensdag 10.00 tot 18.30 uur | Donderdag 10.00 tot 17.45 uur | Vrijdag 10.00 tot 18.15 uur
Zaterdag 10.00 tot 16.00 uur **BUSSUM** | **Wilheminaplantsoen 08** Donderdag 08.00 tot 16.00 uur **HUIZEN** | **Oude Raadhuisplein** Vrijdag 09.00 tot 17.30 uur
Zaterdag 08.00 tot 16.30 uur **OOSTERHOUT** | **Winkelcentrum Zuiderhout** Dinsdag 08.00 tot 16.00 uur

UW CREMATIE DUURZAAM IN VERTROUWDE HANDEN

Cremaere

Damsluisweg 29 Almere
www.cremaere.nl

Cremeren
€ 445,-

Uw crematie met zorg en medeleven tegen een zeer redelijke prijs

We behoren tot één van de meest milieubesparende crematoria van Nederland.

Vraag het ons of uw uitvaartondernemer.

Cremaere, voor een duurzame crematie!



Grietje & Hans de Kluijver

Bel ons
036 737 04 32

Maandag t/m vrijdag: 9.00 tot 20.00 uur
Zaterdag: 9.00 tot 16.00 uur



Master yourself in een halve dag

Master yourself

Vraag jij je af wat je met je baan wilt? Dan kun je maar beter alles over jezelf weten. Om een passende plek te vinden, maar vooral om gelukkig te zijn met wat je doet of gaat doen.

Elke methode en iedere coach heeft een eigen aanpak en iedereen zoekt naar datgene dat bij hem of haar past. Hou je van een krachtige en directe manier om zelfinzicht te krijgen, dan is egolab.me jouw oplossing!

Bij egolab.me leg je in één dagdeel de basis voor je verdere loopbaan. Het is een nieuw en uniek concept en de informatie komt overeen met de resultaten uit een assessment. Ook is er bij egolab.me alle ruimte voor interactie. Je raakt nergens in verzeild en hoeft alleen open te staan voor wat er gebeurt.

Bij egolab.me draait alles om jou!

Tijdens het gratis informatieve voorgesprek ontvang je informatie over het hele proces.



Impressie
Hilversum



Happy Organizing Crew



OPRUIMEN IS GEZOND!

De meeste mensen verzamelen in de loop der jaren steeds meer spullen. Uit onderzoek blijkt echter dat het hebben van te veel spullen of een rommelig huishouden stress kan geven. Hoe meer spullen of hoe groter de rommel, hoe meer aandacht en (negatieve) energie daar ongemerkt naar toegezogen wordt. Een opgeruimd huis daarentegen vermindert stress en zorgt ervoor dat je beter kan functioneren. Opruimen is dus goed voor de gezondheid en zorgt voor rust, ruimte en meer energie!

Wil jij dit ook?

Wij helpen bij het opruimen en organiseren van alle mogelijk ruimtes in huis zoals de woonkamer, slaapkamer, kinderkamer, keuken en badkamer. Maar natuurlijk

ook de ruimtes die bedoeld zijn voor opbergen zoals kledingkasten, berging, bijkeuken, kelder, zolder en garage.

Ook organiseren wij verhuizingen of begeleiden wij trajecten waarbij iemand kleiner gaat wonen. Denk hierbij aan een overlijden of echtscheiding waarbij een heleboel uitgezocht en opgeruimd moet worden voordat de verhuizing of verkoop plaats kan vinden.

Wil je graag hulp hebben bij het opruimen en meer tijd overhouden? Bel, app of mail ons voor een gratis adviesgesprek!

Ontvang
15% korting met
code **BRUIST** in
november!



info@happyorganizingcrew.nl • [06-50675281](tel:06-50675281) • www.happyorganizingcrew.nl

TE HUUR

COMFORTABELE, ZELFSTANDIGE APPARTEMENTEN
MET BESCHIKBAARHEID VAN WELZIJN EN ZORG



Heeft u interesse?

neem dan contact op via:

Tel : (035) 23 402 23

Mail: blaricum@com4life.nl

OPEN
DAGEN

Woensdag, vrijdag
en zondag
op afspraak
(tussen 10:30 en 12:30)

Kijk voor meer informatie
over de appartementen op
www.residentie-blaricum.nl/appartementen

Residentie Blaricum

Comfortabel wonen voor senioren op loopafstand van de Tafelbergheide, in een appartement dat ontworpen is voor maximaal woongenot. Dat is wonen in een huurappartement in Residentie Blaricum. De appartementen zijn voorzien van een compleet ingerichte keuken, geriefelijke badkamer en een wandeltuin met mooi terras. Tevens is er gedacht aan gezelligheid en verbinding. Op de begane grond is een gemeenschappelijke huiskamer gerealiseerd met een keuken waar bewoners de ruimte hebben om elkaar te ontmoeten of activiteiten te organiseren. Com4life biedt een diversiteit aan diensten zoals verzorging, verpleging en begeleiding in de thuissituatie.



PRINS HENDERIKLAAN 26 | 1261 AJ BLARICUM | WWW.RESIDENTIE-BLARICUM.NL



DOKTER ANDRÉ
BEAUTYWORLD

Mijn liefde voor het vak van cosmetisch arts ontstond toen ik als co-assistent in een academisch ziekenhuis op de afdeling plastische chirurgie werkte. Het viel me op dat mensen zó enorm blij worden van een verbetering aan het uiterlijk. Ik vind het fijn als ik hieraan kan bijdragen.

BEHANDELINGEN

RIMPELS

FILLERS

BOTOX

PROFILO

LIPPEN



Bekend van Gooische Passie en
Life is Beautiful



Kijk uit. Jezelf mooier maken kan telijk uitpakken.
Een geslaagde ingreep begint bij een goede arts.



GEEN BOTOX OF FILLERS, TOCH EEN STRAKKE HUID?

Je wilt geen botox, je wilt geen fillers? Daarom is er nu Prophilo!
Prophilo is superzuiver hyaluronzuur, dat in tegenstelling tot fillers niet bewerkt is
om het die eigenschappen te geven die nodig zijn om meer volume te geven.

Met een speciaal ontwikkelde methode wordt Prophilo in de huid geïnjecteerd en vanuit die injectieplekjes gaat het hyaluronzuur zich langzaam verder verdelen in de huid. Het gevolg is dat de cellen in de huid weer gezonder en sterker worden, waardoor er onder andere weer meer collageen en elastine gevormd wordt. De huid wordt weer mooier en strakker.

Behandeling

Bij de eerste behandeling wordt er op tien plekjes Prophilo geïnjecteerd. Na ongeveer vier weken wordt de behandeling herhaald. Afhankelijk van leefstijl, huidkwaliteit en leeftijd kan de behandeling na zes tot twaalf maanden weer herhaald worden.

Effect

Bij een deel van de mensen treedt er al een mooi effect op in de eerste vier weken. Het merendeel van de mensen ziet echter pas het effect optreden na de tweede behandeling.

Is een Prophilo-behandeling iets voor jou?

Maak vrijblijvend een afspraak en bespreek je wensen. Je krijgt eerlijk advies en een prijsopgave. Ik sta erom bekend dat ik niet meer doe dan nodig is.

Als je wilt, kun je meteen behandeld worden, maar je kunt er natuurlijk ook even over nadenken.



STYLAGE

Veluwezoom 5, Almere | Haardstedelaan 3, Huizen | 035 8200426 | www.dokterandre.nl

Afspraken via
www.dokterandre.nl
of telefonisch
035 8200426

PERFECTE PARFUMS

GIFT GUIDE

Succes verzekerd!

Met de feestdagen voor de deur helpen we je alvast. We hebben een kleine selectie gemaakt van parfums waarmee je indruk maakt. Geen standaard parfum, maar een parfum met een verhaal.



1.



2.



3.



4.



5.

1. Discovery set van NOBILE 1942 (€39.-) met verschillende geuren om te ontdekken 2. TIZIANA TERENZI Travel set in luxe leren verpakking (vanaf €125.-) 3. Santal des Indes van AMOUROID - het eerste Westerse merk dat Oudh heeft omarmd en zeer gewild onder mannen (100ml - €190.-) 4. Caldo Gourmand van OFFICINA DELLE ESSENZE, zoals een Gourmand hoort te zijn warm-zoet maar niet te zoet (100ml - €89.-) & wordt gedragen door meerdere BN'ers 5. Nejma 3 van NEJMA, het perfecte huwelijk tussen Roos en Oudh.

LABO-NOIR
YOUR LAB FOR LUXURY

Huizerweg 47A, Bussum • 085-876 98 46 • www.labo-noir.com
Openingstijden: donderdag t/m zaterdag 10.00 - 17.30 en op afspraak
Check onze website voor extra openingstijden tijdens de feestdagen.

Mandala muurdecoraties

Ontdek de exclusieve muurdecoraties van Agnes. Deze muurdecoraties zijn allemaal met de hand gemaakt, urenlang, met volledige aandacht.

Door de gebruikte kleuren en vormen heeft iedere mandala zijn eigen verhaal en emotie.

Naast dat de mandala's kleur brengen in een ruimte, zorgen deze unieke en krachtige kunstwerken ook voor positieve vibraties en rust in het vertrek waar ze hangen.

Kijk op de website voor meer voorbeelden. Staat er niets bij naar uw zin en wilt u wel een mandala voor uw kamer of bedrijf? Neem contact op met Agnes om uw voorkeuren qua kleur en afmeting te bespreken voor uw eigen unieke mandala. Dit kan tot een maximale doorsnede van 120 centimeter.



**Senga
Creaties**



Agnes Hoogendoorn
Senga Creaties
<http://agneshoogendoorn.nl/senga-creaties/>
mail@agneshoogendoorn.nl
06-29278229



SCAN DE QR-CODE VOOR MEER
VOORBEELDEN EN INFORMATIE



Optimale akoestiek en sfeer



Heb je problemen met de akoestiek in jouw bedrijf, een evenementen locatie of bijvoorbeeld gewoon bij jou thuis? En zoek je een oplossing die niet alleen doeltreffend maar ook nog eens sfeerverhogend is? Bij Pannello bieden ze de oplossing: op maat gemaakte akoestische panelen. Je bent bij ons ook aan het juiste adres voor onder andere **rollup banners, infoschermen en vlaggen** voor de offline promotie van bijvoorbeeld jouw bedrijf of event. Net als de panelen volledig naar eigen wens bedrukt.

Elk gewenst formaat • Akoestische demping • Snel verwisselbaar doek



Pannello | Zuttestraat 30, Landsmeer | 06-24521691 | www.pannello.nl

Jouw handen zijn je visitekaartje!



Acrylnagels

Kijk voor leuke acties én het laatste nieuws op onze Facebook- en Instagrampaginas!



Sparkle
nagelstudio

Patricia laat jouw nagels er weer opvallend mooi uit zien.

Lorentzweg 36 Hilversum
06-30254958
www.nagelstudiosparkle.nl



Lig je te piekeren?
Ik luister...



Bel
0900-0767
of chat via deluisterlijn.nl

Praten lucht op!
anoniem - dag en nacht



Ook jouw merk gespot onderweg?

We bestellen deze tijden meer dan ooit. Ben jij ook bezig met bestellingen te bezorgen? Heb je al eens gedacht om het bedrijfslogo of de huisstijlkleuren op jouw voertuig te laten wrappen? Zo wordt je merk gespot onderweg en ben je meteen herkenbaar voor je klanten die met smacht zitten te wachten op hun bestelling!



'Hey daar komt mijn bestelling!'



Onder de Plak
BESTICKERING



INTERIEURWRAP • RAAMFOLIE • BELETTERING • VOERTUIGEN

Onder de Plak – Keukenweb | Weerenweg 15C, Zwanenburg | 06-26654006 | ikzit@onderdeplak.nl
www.onderdeplak.nl / www.keukenweb.com



juwelier
CHARM
goudsmederij



De diamantzetter en goudsmid met ruim 35 jaar ervaring in eigen atelier sinds 1982



- ◆ Ontwerpen en maken van nieuwe sieraden
- ◆ Veranderen en aanpassen van sieraden
- ◆ Reparatie en restauratie van sieraden en horloges.
- ◆ Inkoop en inruil van sieraden en horloges van goud en zilver.
- ◆ Graveren handmatig of machinaal (ook in uw eigen handschrift of tekening).

- ◆ Verkoop van diverse topmerken zoals: Danish Design, Jacob Jensen, Swiss Military Hanowa, Jaguar, Vendoux, Rolf Cremer, Claude Bernard, Lacoste, Davis, MelanO, Diamondfire, Koos en nog veel meer.
- ◆ Uitgebreide collectie van merktrouwrings en de mogelijkheid tot het ontwerpen en maken van uw eigen trouwrings onder onze begeleiding.
- ◆ Vervangen horlogebatterij voor € 5,-



juwelier
CHARM
goudsmederij

Los de puzzel op en
maak kans op een van de 3

cadeaubonnen
t.w.v. **€ 30,-**



De diamantspecialist van 't Gooi!

U bent van harte welkom bij ons in de goudsmederij voor alle reparaties en onderhoud aan uw sieraden en horloges. U kunt bij ons ook van uw oude, nieuwe, gedragen of versleten sieraden met bijvoorbeeld emotionele waarde een prachtig nieuw sieraad laten maken of aanpassen.

r m u y c c y n j w r
e a t e l i e r g j w
p t k a o x e w v a h
a g e a d o e j t c r
r j t o r s r k s q f
a u t i n m r b l h x
t w i l m y b i e k n
i e n o o u k a n l b
e e g x f u l g n g e
i l n f z e v i t d e
z u m y u m b v p a d

- | | |
|---------|-----------|
| ketting | oorbel |
| juweel | armband |
| horloge | reparatie |
| atelier | ring |

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 december de oplossing in op onze site: www.tgooibruist.nl

Mooi van binnen en van buiten

All skin and curl types opgelet: voor de beste verzorging van jouw huid en jouw krullen moet je zonder twijfel bij ChiFame in Almere zijn! Bij dit 'organic beauty center' zijn namelijk zowel jouw huid als jouw krullen in goede, vertrouwde én deskundige handen.

Het verhaal van ChiFame start enkele jaren geleden als eigenaresse Felicity na heel wat ervaring opgedaan te hebben in de hair- en beautybranche besluit om haar hart te volgen en voor zichzelf te beginnen. "Mede door mijn voorliefde voor biologische en natuurlijke producten. Ik wilde die graag in mijn werk integreren, vandaar de stap om voor mijzelf te beginnen en het op mijn eigen manier te gaan doen met ChiFame. De eerste drie jaar vanuit een salon aan huis en sinds vier jaar vanuit het huidige pand aan de Hongarijeplaats in Almere."

Moment van rust

"In mijn salon werken we dan ook uitsluitend met biologische en natuurlijke producten", vervolgt Felicity enthousiast haar verhaal. "Deze zijn niet alleen gezonder voor jouw huid en haar, maar ook voor het milieu." Daarnaast vindt ze het aspect rust ontzettend belangrijk in haar vakgebied.

"WE ZORGEN ER ZO VOOR DAT JE VOLLEDIG ONTSPANNEN EN MOOI VANBINNEN EN VANBUITEN WEER NAAR HUIS GAAT."

CHIFAME
BIO SKIN & CURLS



“Wij bieden al onze klanten een moment van pure rust, nemen voor iedereen uitgebreid de tijd en zorgen er zo voor dat je volledig ontspannen en mooi vanbinnen en vanbuiten weer naar huis gaat.”

Holistische benadering

De beautybehandelingen die ze bij ChiFame bieden zijn alleen op vrouwen gericht. “Daarvoor werken we uitsluitend met biologische en natuurlijke producten van de hoogst mogelijke kwaliteit. Bij ons ben je onder andere aan het juiste adres voor diverse gezichtsbehandelingen en bijvoorbeeld pedicurebehandelingen waarbij rust uiteraard weer centraal staat. Bij onze beautybehandelingen werken we regelmatig met edelstenen om dat moment van rust alleen nog maar verder te versterken. Voor ons draait het niet alleen om het uiterlijke plaatje. Wij kijken naar de hele persoon die voor ons zit – diens body, mind en spirit – en gaan dus holistisch te werk. Daarbij gaan we ook uit van de kracht van aanraking en lichaamsenergie om de best mogelijke resultaten te kunnen boeken. Want als jij je na een behandeling bij ons ook vanbinnen goed voelt, dan straalt je dat vanbuiten weer uit.”

Hoewel Felicity oorspronkelijk is opgeleid tot allround kapster, focust ze zich op de haarafdeling van haar salon puur op dames – en meisjes – met krullend haar. “Wat voor krul je ook hebt maakt

voor ons verder niet uit. Zelf heb ik mij gespecialiseerd in het knippen van krullen door het volgen van aanvullende opleidingen in Amerika en ook al mijn medewerkers worden – naast alle trainingen die we sowieso allemaal regelmatig volgen – intern nog verder opgeleid in het knippen van krullen. Dat is namelijk echt een vak apart dat wij als de besten beheersen. Vandaar dat wij ons hier ook puur op focussen en echt alleen dames met krullend haar knippen.”

Felicity is met recht trots op het concept dat ze in de afgelopen jaren heeft neergezet met ChiFame. “Dit betekent echter niet dat we nu ‘stilstaan’. Integendeel zelfs. We blijven onszelf ontwikkelen en verder groeien om onszelf te onderscheiden, continu de hoogst mogelijke kwaliteit te kunnen bieden en onze klanten telkens te verrassen met nieuwe behandelingen voor huid en haar. Dit is nu eenmaal onze passie en die delen we maar al te graag met al onze klanten.”

*Eigenaar:
Felicity Rodriguez*



BACK TO THE BASIC

Brinkers
Mode & lingerie

Dammerweg | Nederhorst Den Berg | 0294 251 274 | www.brinkersmode.nl

Geniet van de luxe thuis!

Adembenemende designs voor een luxe & comfortabel gevoel vind je bij Groenewoud Bed & Badmode!

 Groenewoud bed & badmode

Groenewoud Bed & Badmode | Achterbaan 16, Huizen
035-5239584 | www.groenewoud-bed-badmode.nl

HILVERSUM  NOVEMBER 2021 WWW.NEDERLANDBRUIST.NL GRATIS MEENEMEN!

BRUIST

Linnerie Annelies:
Frans vakmanschap voor uw nachtrust

Puurbroeken:
Al achttien jaar uw damesbroekenspecialist



Art meets Fashion
Vanaf nu in de winkel, de limited edition collectie van Lizzy en Coco met prints van Monet, van Gogh, Renoir en Klimt. Deze bijzondere collectie van lange vesten, jurkjes en tops is reversibel te dragen.



TRECA

PARIS

L'ART DE LA CHAMBRE



NIEUW GEOPEND IN NOVEMBER



BOUTIQUE TRECA PARIS

Frans vakmanschap voor uw nachtrust.

LIZZY & COCO



Kempkes Mode ~ Kapittelweg 143 ~ WC Kerkelanden ~ Hilversum
035-6217788 ~ info@kempkesmode.nl ~ www.kempkesmode.nl

 [instagram.com/kempkesdamesmode](https://www.instagram.com/kempkesdamesmode)  [facebook.com/kempkesmode](https://www.facebook.com/kempkesmode)





Kom dat zien in onze
Slaap Experience Loods!

Treca is een merk van erfgoed,
traditie en vakmanschap dat van
generatie op generatie wordt door
gegeven.

Linnerie
ANNELIES
BEDDEN | SLAAP EXPERIENCE LOODS



 Rading 46A | Loosdrecht |  035-5823668 | Geert en Rilana Venneman | www.linnerieannelies.nl

OMGAAN MET ANGSTIGE GEDACHTEN

Ons autonome zenuwstelsel is het deel van ons zenuwstelsel dat buiten onze wil om werkt en een belangrijke rol speelt als het gaat om angst en stress. Het bestaat uit een sympathisch en parasympatisch zenuwstelsel. Het sympathisch zenuwstelsel is verantwoordelijk voor de zogenaamde vecht- of vluchtreactie. Deze reactie is heel functioneel als er bijvoorbeeld een roofdier voor je neus staat en je direct in actie moet komen.

Het probleem is echter dat dit roofdier eruitziet als het coronavirus, ruzie met je partner, blijvende stress op je werk of in de huidige situatie bijvoorbeeld angstige gedachten over ziek worden. Angstige gedachten of reacties op je omgeving veroorzaken dezelfde reactie in je lichaam als dat roofdier. Je lichaam weet het verschil niet. Hierdoor maak je te veel stresshormonen aan en zal je immuunsysteem verzwakken, waardoor je vatbaarder bent om ziek te worden.

Als je merkt dat je in deze tijd angstig bent, is het ten eerste belangrijk om dit te zien bij jezelf. Word bewust van je eigen gedachten over de situatie en hoe dit angstige gevoelens bij je oproept. Een (korte) meditatie in de ochtend kan heel erg helpen om los te komen van je angst en om je te verbinden met jezelf. Daarnaast kan de focus op je ademhaling helpen om uit je gedachten te gaan en meer in je lichaam te komen. Adem een paar keer diep in door je neus en uit door je mond om sneller tot rust te komen. Bedenk waar jij van tot rust komt. Kom je er zelf niet helemaal uit, dan heb ik voor jou een online Feel Good Training gemaakt die je helpt om deze moeilijke tijd door te komen.

MKBM
MYKILLERBODYMOTIVATION

Liefs, Fajah Lourens

Kijk voor meer info op:

<https://mkbmshop.com/products/online-feel-good-training>

Knoflookbrood

Met dit heerlijke brood steel je de show! Zo gemaakt en superlekker voor bij de borrel, een bord pasta of bij gehaktballetjes in tomatensaus.

Bereiding

Verhit de oven voor op 200 graden.

Maak schuine inkepingen in de baguette en leg deze op een bakplaat.

Smelt de boter met de knoflook, oregano en zout. Haal van het vuur en roer de peterselie erdoor. Lepel het botermengsel over het brood en zorg dat het in de inkepingen gaat.

Bak 10 minuten, en serveer warm.

- 1 lekkere baguette
- 50 gram boter
- Een handje verse peterselie, fijngehakt
- 1 theelepel oregano
- 1 grote teen knoflook, fijngehakt
- Een snuf zout



Onze gezellige winkel staat boordevol perfect kookgerei, smakelijke ingrediënten en smaakvolle kookcadeaus. Net als een uitgebreid assortiment Italiaanse delicatessen, stoere borrelplanken en schitterende Portugese, Poolse en Tunesische serviezen. Uw messen of scharen bot? Lever ze bij ons in en de Hollandse Slijpservice slijpt ze vakkundig weer vlijmscherp.

BALTHAZAR

KOOKGEREI • KOOKKADO'S • KOFFIE & THEE

Balthazar Kookwinkel

Gijsbrecht van Amstelstraat 164, Hilversum

www.balthazarkookwinkel.nl

Shop 24/7: www.balthazarkookwinkel.shop

Hypnotherapie

Deze vorm van therapie maakt gebruik van het zelfherstellend vermogen en is bij uitstek geschikt als je last hebt van angsten, fobieën, stress, rouw, (jeugd)trauma's, innerlijke conflicten en omgaan met verslaving.

Benieuwd wat hypnotherapie voor jou kan betekenen?
Bel voor een vrijblijvend kennismakingsgesprek met
Julia Heute hypnose- en psychosociaal therapeut i.o.



06-52303865 of mail naar julia.heute@gmail.com
Hypnotherapie-praktijk Go Deeper
Poststraat 4b 1401 EZ Bussum.

Zen Shian

Shiatsu is een 2000 jaar oude Japanse behandelwijze, waarbij door het geven van druk en het uitvoeren van strekkingen de meridianen (energiebanen) in balans worden gebracht.

Zen verwijst naar de kwaliteit van het aanwezig zijn. Graag laat ik je ervaren hoe het is aanwezig te zijn. Even niet hollen of bezig zijn met de buitenwereld, maar ervaren wat jij voelt en wie jij bent. En van hieruit je balans terug te vinden.



Havenstraat 62-1, Huizen

06-519 545 78

anneke@zenshian.nl

www.zenshian.nl

Wie ben jij?

Als je los bent van oordeel
Als je los bent van moeten
Als je los bent van druk
Als je los bent van stress
Als je los bent van angst
Als je los bent van kaders
Als je niet hoeft te voldoen
aan het beeld wat jij jezelf
en andere jou hebben
opgelegd

Wie blijft er dan over?
Hoe zou je je voelen?
Wat zou je anders doen,
dan wat je doet vandaag?
Welke delen van je lijf
zouden anders voelen, als
je compleet jezelf mag zijn?
Welke delen van je lichaam
of geest vragen, smeken of
schreeuwen om vrijheid?

Ik kan je helpen

Net weer dat beetje meer ontspannen te voelen
Net weer dat beetje meer vrij te zijn
Net weer dat beetje meer vertrouwen te hebben
Net weer dat beetje meer jezelf



Kijk op zenshian.nl voor meer informatie, prijzen en openingstijden. Mail of bel voor een afspraak.

Wil je meer balans in je figuur?

Een liposuctie kan hier een oplossing voor bieden

De vakkundige en gepassioneerde plastisch chirurgen van Kliniek Heyendael zorgen er met een liposuctie voor dat jouw lichaam zijn natuurlijke balans terugkrijgt. De liposuctie, oftewel overtollige vetverwijdering, wordt in onze kliniek vaak uitgevoerd op de buik, billen, heupen, bovenbenen of dijbenen. Daarnaast is het op andere plekken mogelijk, zoals onderkin, schouderbladen, bovenarmen en rug.

Een liposuctie is een specialistische behandeling die onder plaatselijke verdoving of narcose wordt uitgevoerd. De eerste stap op weg naar een liposuctie is een oriënterend gesprek met een van onze plastisch chirurgen. In een vertrouwde setting kun je al je vragen en verwachtingen

uitspreken. Onze plastisch chirurg beoordeelt of je in aanmerking komt voor een liposuctie en geeft heldere informatie over de behandeling, de nazorg, het te verwachten resultaat en de risico's. Daarna zal een maatwerkofferte door de consulente met jou worden besproken. Op basis van deze kennis kun je een weloverwogen beslissing nemen.

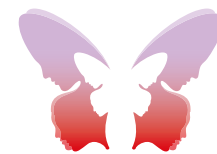
Heb jij vragen of wens jij meer informatie over de kliniek of over een liposuctie? Neem gerust contact met ons op of vraag een gratis en vrijblijvend consult met een van onze plastisch chirurgen aan.



Betrouwbare en betaalbare plastische chirurgie.
Voor meer info
024 - 845 05 06



'We hopen je binnenkort te mogen verwelkomen!'



**Kliniek
Heyendael**

Cosmetische Plastische Chirurgie





Wie zijn wij?

Betrouwbaar, professioneel en persoonlijk, dat is Kliniek Heyendael. Al sinds 2011 zijn we een begrip als het gaat om cosmetische plastische chirurgie. Onze privékliniek bevindt zich in Nijmegen. Bij Kliniek Heyendael staan jouw wensen centraal. Deze worden tijdens een uitgebreid consult met de plastisch chirurg besproken om zo een realistisch beeld te krijgen van de mogelijkheden.

Onze behandelingen

- Borstvergroting
- Liposuctie
- Lipofilling
- Ooglidcorrectie
- Neuscorrectie
- Oorcorrectie
- Facelift (MACS-lift)
- Schaamlipcorrectie
- Injectables

Volg ons op Facebook en Instagram!

 @kliniekheyendael |  Kliniek Heyendael

Parklaan 70, Groesbeek (nabij Nijmegen)
info@kliniekheyendael.nl
024 - 845 05 06 | www.kliniekheyendael.nl

Klantervaring

"Ik raad deze kliniek zeker bij anderen aan. Van begin tot eind heb ik een topevaring gehad met deze kliniek. Het resultaat is precies naar mijn verwachtingen." **Sadaf**



In tropische sferen

GEEF JE ZELFVERTROUWEN
EEN BOOST!

Maria Maciel Swier is geboren in Brazilië. Hier werd het zaadje gepland voor haar passie voor uiterlijke verzorging. In de zomer van 2019 opende ze, met tien jaar ervaring in de beauty-branch op zak, de deuren van haar eigen waxing & skincare studio in Hilversum: M-Tropical. Haar Braziliaanse roots doet ze eer aan; alles heeft in de studio een tropisch tintje, wat deze meteen anders maakt dan anders.

“Zowel mannen als vrouwen komen hier binnen”, vertelt Maria. “Het is allemaal lekker relaxed. Ik ben heel open en praat makkelijk, waardoor je je hier al snel helemaal op je gemak voelt.”

SPECIALISATIES

Met een van de gezichtsbehandelingen kun je toewerken naar een gezonde, mooie en stevige huid. “Ik ben gespecialiseerd in bindweefselmassage, een intensieve huidverjongende massage, eigenlijk de beste work-out voor je gezicht. Voor een optimaal effect is het goed om de behandeling te herhalen.” Andere specialisaties zijn threading en Brazilian wax. “Zeker de Brazilian wax vinden mensen toch een beetje spannend als ze voor de eerste keer komen. Ik doe mijn best om het op een leuke en tegelijkertijd professionele manier te doen.”

VOOR HET BESTE RESULTAAT

Maria werkt met kwaliteitsmerken als RICA made in Italy Wax, Avocado, Aloë Vera en Honing Rica Wax. “Producten die zo veel mogelijk zijn vervaardigd van natuurlijke ingrediënten en die doen wat ze beloven.

Ik wil het beste resultaat voor mijn klanten. Om die reden vind ik het ook belangrijk om advies te geven over de verzorging thuis. Als je van je vak houdt, is de juiste nazorg even essentieel als de behandeling zelf.”

NIEUW BIJ M-TROPICAL

Huidverjonging en Huidverbetering kan nu geboekt worden. Medcos Microskinpolish is de behandeling voor een gezonde en stralende huid.

M-Tropical is gevestigd op een bijzondere locatie in de bosrijke omgeving van villawijk Trompenberg; een verzamelgebouw aan Mozartlaan 27 te Hilversum, dat onderdeel uitmaakt van de Wisseloord muziekstudio's. Gratis parkeren op eigen terrein.

M-TROPICAL
Waxing & Skincare Studio


Angels
THE WOMEN'S JEANS

BRAX
FEEL GOOD

CAMBIO

Atelier
GARDEUR

MAC

MICHÈLE
Luxury Pants

RENE FRERES

 TONI

ZERRES



*al 18 jaar uw
damesbroekenspecialist*

PUUR
BROEKEN
damesbroekenspecialist

*pasvormen
&
lengtematen*

PUURBROEKEN | Kerkstraat 85 | HILVERSUM | 035-6214229 | www.puurbroeken.nl




Angels
THE WOMEN'S JEANS

BRAX
FEEL GOOD

CAMBIO

Atelier
GARDEUR

MAC

MICHÈLE
Luxury Pants

RENE FRERES

 TONI

ZERRES

HÉT HOTEL ★★★★★

WAAR JIJ NAAR OP ZOEK BENT!



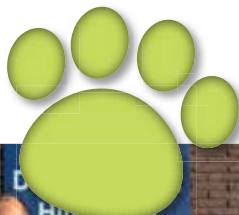
HOTEL GARBI
IBIZA SPA ★★★★★

Hotel Garbi Ibiza & Spa is een hotel in Playa d'en Bossa, het grootste en populairste toeristenstrand van het eiland Ibiza. Dit viersterrenhotel is ideaal voor gasten die willen genieten van een luxe verblijf op Ibiza. Het heeft grote, uitnodigende kamers die opvallen door hun zorgvuldige inrichting, met een moderne avant-gardestijl waarin speciale aandacht is besteed aan details. Als je graag nieuwe gerechten probeert, kun je de beste lokale en internationale gastronomie proeven in onze restaurants en bars. **Alles wat je nodig hebt om te genieten van een onvergetelijke vakantie op Ibiza!**

*Boek nu!
Jouw vakantie
begint hier!*



Hart voor dieren in hartje Hilversum



DierenDokters Hilversum is een moderne dierenkliniek in hartje Hilversum. Met een eigen laboratorium, een operatiekamer met gasnarcose en bewaking, digitale röntgenfoto's, gescheiden honden- en kattenopnames zijn wij prima uitgerust om uw huisdier met de best mogelijke zorg te omringen.

Naast de bekende gezelschapsdieren zoals honden, katten, konijnen, knaagdieren en fretten, kunt u bij ons ook uitstekend terecht voor de uitgebreide behandeling van meer bijzondere dieren zoals vogels en reptielen.

Team

Dierenarts Erik Heylen en zijn deskundige team van paraveterinairn ontvangt u en uw huisdier op klant- en diervriendelijke wijze.

Alle zorg onder één dak

Van een eigen laboratorium tot een operatiekamer met gasnarcose en bewaking en van de mogelijkheid tot het maken van digitale röntgenfoto's tot gescheiden honden- en kattenopnames. Hierdoor kunnen we vrijwel alle behandelingen en operaties zelf uitvoeren in onze kliniek.



*Uw huisdier is bij ons in goede handen.
Wij staan voor u klaar!*



DierenDokters Hilversum
Stationsstraat 6a, Hilversum | 035-6244228
www.dierendokters.com



Verstop je voeten niet!

De pedicure bij u thuis!

Pedicure
Medisch pedicure
Sport pedicure

Aangesloten bij



Jannie Veltman


PEDICURE JANNIE

06-46377059

pedicurejannie@gmail.com

Zijn jouw nagels ook zo blij om de zon te zien? Of hebben ze last van een schimmeltje? Laat ze deskundig behandelen door de pedicure en bespreek de mogelijkheden om ze mooier te maken. Dit kan echt! Je zult versteld staan van de resultaten.

**Neem vandaag nog contact op met Jannie voor advies
of het maken van een afspraak!**



EXTENDED SKIN SOLUTIONS

SOFT LIPS

Een brede keuze aan pigmenten voor een perfecte kleur naar wens.

Permanente make up van de lippen wordt door velen een lip tatoeage of lip tattoo genoemd. Toch is er een verschil tussen permanente lippen make up en het tatoeëren van de lippen.

Bij lippen tatoeëren gaan de pigmenten dieper de huid binnen en blijven daardoor levenslang zitten. Bij permanente make up worden de pigmenten op minimale diepte ingebracht. Hierdoor zal de semi permanente make up van de lippen na ongeveer 2 tot 5 jaar langzaam vervagen. Waardoor lelijke verkleuring van het pigment voorkomen wordt.



Ben je een perfectionist, geen zorgen wij zijn dat ook!

Voor meer informatie over onze behandelingen kijk dan op www.extendedskin.nl

Vlierweg 12A, Houten | 030-2745350 | www.extendedskin.nl

HilFix Repaircenter

Jan Daan de Wit startte HilFix Repaircenter eind 2016 met de intentie om het vooral anders te doen. "Mensen hebben behoefte aan goede service én kwaliteit. Vanuit die gedachte ben ik begonnen. Vanaf de eerste dag heeft dit zich vertaald in een grote toeloop van klanten. Bijna 1.000 mensen hebben de moeite genomen om op Trust Pilot een review over ons in te vullen, we scoren gemiddeld 4,9 van de in totaal 5 punten. Dat is voor ons de bevestiging dat we goed bezig zijn."

Refurbished telefoons

De oude locatie aan de Kapittelweg is HilFix inmiddels ontgroeid. "Daar hadden we slechts 25 m2 tot onze beschikking. In ons nieuwe pand, gelegen in een winkelgebied, hebben we alle ruimte om mensen fatsoenlijk te kunnen helpen. Er is zelfs plek om ons assortiment kwaliteitsshoezen uit te kunnen stallen. We breiden ons aanbod bovendien uit met refurbished telefoons. Mét de garantie die daarbij hoort."

Eerlijk en transparant

Je kunt bij HilFix binnenlopen zonder afspraak. "We snappen dat je je telefoon niet te lang wilt missen. Over het



algemeen kunnen we een reparatie binnen een half uur, drie kwartier uitvoeren, dus je kunt er hier – onder het genot van een kopje koffie – gewoon op wachten. We geven van tevoren een eerlijke prijsopgave voordat we aan de slag gaan, dus je komt niet voor onaangename verrassingen te staan. Verder bieden we ook nog eens tot 12 maanden garantie op de reparatie. Onze tip voor mensen met een langzame computer: vervang de HDD door een SSD, dat gaat vele malen sneller."



HilFix Repaircenter

Gijsbrecht van Amstelstraat 263

Hilversum | 035-2031578

info@hilfix.nl

www.hilfixrepaircenter.nl



Zoek je een betrouwbaar adres om je telefoon (iPhone, Samsung), tablet of computer te laten repareren?

Dan ben je bij HilFix Repaircenter aan het juiste adres.



Your gift FOR A X-MAS MOMENT

Wat hebben we een veelbewogen jaar achter de rug. Een jaar waarin de gevolgen van COVID-19 nog steeds voelbaar zijn. Veel gezinnen zijn getroffen door werkloosheid en leven in een onzekere periode. Dit raakt met name de kinderen uit deze gezinnen. Niet alle ouders zijn in staat om cadeautjes te kopen en hun kinderen een onbezorgde kerst te geven.



Ook de dak- en thuislozen hebben het zwaar, doordat ze in de maand december extra getroffen worden door eenzaamheid. De afgelopen 26 jaar heeft Victory Outreach Rotterdam tijdens het kerstfeest altijd succesvol uitgereikt naar de daklozen en minderbedeelden. Vorig jaar hebben we zelfs meer dan 1.000 mensen mogen trakteren op een heerlijke uitgebreide afhaalmaaltijd met daarin ook een boodschap van Jezus:

Er is hoop!

A X-mas Moment: 1.500 pakketten!

Ook dit jaar willen we Kerstmaaltijden uitdelen. Op vrijdag 17 december voorzien we van 16.00 tot 20.00 uur maar liefst 1.500 mensen van een Kerstafhaalmaaltijd en een goedgevuld kerstpakket. Kinderen tot 12 jaar mogen zaterdag 18 december genieten van een middag met volop spel, eten, drinken en cadeautjes.

Hoe helpt u mee?

1. Ondersteun ons financieel: 1.500 maaltijden en pakketten uitdelen is een kostbare onderneming. Elke gift telt! U kunt uw bijdrage overmaken naar NL53 RABO 0159 039 525 t.n.v. Victory Outreach Rotterdam o.v.v. Gift Kerst 2021. Of geef gemakkelijk via onze website www.vorotterdam.nl/geven.
2. Ondersteun ons materieel: er is een lijst beschikbaar van de spullen die we nog nodig hebben om deze twee dagen tot een succes te maken.
3. Word vrijwilliger: we hebben extra handen nodig om deze dagen succesvol te laten verlopen. Registreer u via backoffice@vorotterdam.nl. Let op: dit jaar kunt u alleen als vrijwilliger meehelpen als u van tevoren geregistreerd bent en de briefing heeft bijgewoond.

Heeft u vragen?

Neem dan contact met ons op.

We zijn bereikbaar via telefoonnummer 06-840 48 962 of 06-471 61 481 en via e-mail backoffice@vorotterdam.nl.

Namens ons, de vele daklozen, minderbedeelden en de kinderen die we gaan bereiken: hartelijk dank voor uw hulp!

Met vriendelijke groet,

Jerry en Xannelou Mendeszoon en het leiderschapsteam

N.B. Victory Outreach Rotterdam is een ANBI.

Uw financiële gift is onder voorwaarden fiscaal aftrekbaar.

Draagt u ook uw steentje bij aan Gift Kerst 2021? Scan de QR code.



Hilversum is een bruisende stad waar elke dag wat te beleven is. Vervelen is geen optie. Ontdek de leukste concerten, voorstellingen, evenementen en tentoonstellingen in Hilversum.

EXPOSITIE MACHT & DEMOCRATIE

Nieuwsfotograaf Vincent Mentzel
30 oktober t/m 31 december
Museum Hilversum

Vrijheid en democratie zijn een terugkerend thema in het oeuvre van Vincent Mentzel. Een thema waar onophoudelijk voor gestreden moet worden waar nodig, maar dat ook voortdurend moet worden bewaakt. Zelfs in Nederland.

Persvrijheid en de vrijheid van meningsuiting verdienen onze onvoorwaardelijke aandacht! Naast het werk van Vincent Mentzel exposeren de fotografen Marieke van der Velden, Joris van Gennip en Merlijn Doorne.



POST VOOR SINTERKLAAS

3 november t/m 5 december

Sinterklaas komt weer naar Hilversum en Museum Hilversum heeft jouw hulp nodig voor het versieren van zijn slaapkamer. Er staat al vanaf woensdag 3 november een speciale brievenbus voor Museum Hilversum, voor tekeningen en brieven voor Sinterklaas!



SUPER SNUFFELMARKT

Dudok Arena

21 November
09.00 / 16.30 uur
Prijzen: € 3,50

Kom naar de Dudok Arena voor de Super Snuffelmarkt en snuffel door ruim 175 kramen met tweedehands spullen.

POP BIZZ QUIZ

woensdag 10 november
19.45 / 23:00 uur
Prijzen: € 5,-

Jouw maandelijkse test van nutteloze kennis over de popbizz. Je kunt meedoen in groepsverband

(max 5 personen) of individueel en er zijn altijd vrolijke prijzen te winnen. Je kunt per ronde meedoen of met alle vier de rondes gaan voor de hoofdprijs.

Tickets zijn alleen te koop aan de deur op de avond zelf en kosten vijf euro. Dus wees op tijd!

Dit oergezellige avondvullende spektakel wordt verzorgd door MC Joey MessCal, DJ Hell.nl en Whole Lotta Roos!

PATAT MET

19 november
20.00 / 23.45 uur
Prijzen € 7,50

Voor slechts zevenenhalve euro word je tijdens Patat Met getraakteerd op artiesten die je absoluut in de gaten moet houden! Dit alles onder het genot van een patatje met en een drankje. Deze Patat Met is wél goed voor je!

Deze editie onder andere een optreden van Subterranean Street Society. Check the website voor de laatste informatie.

DE MEGA SINT SHOW

zaterdag 20 november
om 10.30 uur
om 13.15 uur
om 16.00 uur
van € 17,75 tot € 24,25

YouTube-idolen Party Piet Pablo en Love Piet maken er samen met de kids één groot spektakel van en zingen hun grootste hits, zoals De Pieten Sinterklaas Move, Pietenliefde en de Pieten Style.

Meneer van Driel probeert het feest te verpesten, maar gelukkig kunnen de kinderen helpen om hem te pakken!

Na afloop is er een meet & greet met de idolen voor een mooie foto en een échte handtekening!

EINDEJAARSCONCERT CITY ORKEST HILVERSUM

zondag 28 november
14:30 / 16.30 uur
Prijzen € 15,00

Eindejaars concert van het City Orkest Hilversum, met medewerking van een 3-tal vocale solisten.

CROSS MEDIA CAFÉ

30 november
15.30 / 17.00 uur

Reserveer je 30 november in je agenda? Dan organiseert Media Perspectives samen met Beeld en Geluid het laatste Cross Media Café van 2021. Het thema maken ze binnenkort bekend, de nieuwste ontwikkelingen op

het gebied van media zullen worden gepresenteerd. Deze Cross Media Cafés dragen bij aan kennisontwikkeling en kennisdeling om de media-industrie zo een stap verder te brengen.

Het programma wordt zo snel mogelijk bekend gemaakt!



PUZZELPAGINA



November is de maand waarin het steeds duidelijker wordt dat de winter echt niet lang meer op zich laat wachten. Kom dus maar op met die dikke truien en zachte plaids waaronder je je heerlijk kunt nestelen op de bank. En wat kun je nu het beste doen tijdens het cocoonen? Natuurlijk, lekker (online) bladeren door deze editie van Bruist en puzzelen voor mooie prijzen.

	7	○		2	4		9
		5			6		
4		3	7	9			
1				2			
2	8		3	6		4	1
				4		○	7
			2	7	3		5
		1			8		
3		2	5	○			1

Los de sudoku op. De cijfers in de rode cirkels (van boven naar beneden) vormen de oplossing. De oplossing van vorige maand was **2-9-2**.

Zoek de zes letters in BRUIST!



Voorbeeld van een letter die verstopt is in deze Bruist.

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Zoek de zes verborgen letters in deze editie van BRUIST en maak er een woord van. Het thema van het woord is deze maand: rust. De oplossing van vorige maand was **woning**.

Maak kans op deze fles

Kraken rum

Deze rum is afkomstig uit het Caribisch gebied en onderscheidt zich door de toevoeging van een geheime kruidenmix. Deze mix zorgt zowel voor een heerlijke spicy smaak als voor een stoer uiterlijk. Kraken Rum is zwart van kleur, net als de inkt van het zeemonster waarnaar de rum vernoemd is. Op het etiket van de fles zie je dit monster in inktzwarte stijl terugkeren...



👁️-o+ 🍷-fr 🧑‍🦱m=v

📺y=e 🐏a=u

🔪s=t z+ ⏪-ruit

♿-val+ 🍌l=n+k

Wil jij kans maken op deze leuke prijs? Los de rebus op en vul voor 1 december de oplossing in op onze site: www.tgooibuist.nl

Maak kans op een:

geurkaars

t.w.v.
€ 29,95



Met de essentiële oliën van **spices** en **oudh**, geeft deze geurkaars uw huis een warme en verleidelijke geur.

Aangeboden door:

LABO-NOIR
YOUR LAB FOR HOME

Huizenweg 47A, Bussum | 085-876 98 46
www.labo-noir.com

a m d a g b k n d l d
a y d v p b i q q j p
i t k g i a h k n k h
k q y g j r s j g i l
b c m u e a a s w n v
s n e g i u t n i z c
y u x p q h r u n e r
b v u z s r a a k d m
n b l z x u f i e n b
a e f r o h q u l p e
k c q j i v c k o w a

kaars passie
winkel bar
parfum geur
zintuigen luxe

Streep 7 van de 8 woorden in de puzzel weg. Het overgebleven woord is de oplossing. Vul voor 1 december de oplossing in op onze site: www.tgooibuist.nl



PUUR
BROEKEN
damesbroekenexpert


Angels®
THE WOMEN'S JEANS

BRAX
FEEL GOOD

CAMBIO

Atelier
GARDEUR

MAC

MICHÈLE
Luxury Pants

RENE FRERES

 **TONI**

ZERRES

PUURBROEKEN | Kerksstraat 85 | HILVERSUM | 035-6214229 | www.puurbroeken.nl